

ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ФУТБОЛИСТОВ НА ЭТАПЕ ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЙ БАЗОВОЙ ПОДГОТОВКИ

В.В. Матяш

Днепропетровский государственный институт физической культуры и спорта. Украина

Введение. Постоянная интенсификация игровой деятельности, характерная для футбола последнего десятилетия, требует от игроков умения быстро и эффективно выполнять технико-

тактические приемы в условиях неожиданно меняющейся обстановки, лимита пространства и времени, противоборства со стороны соперников.

Многие ведущие тренеры и специалисты по футболу отмечают недостаточно высокий уровень технической подготовленности выпускников ДЮСШ по футболу, значительно уступающий возросшим требованиям современного футбола. Далеко не каждому выпускнику спортивных школ, приглашенному в команды мастеров, удается соответствовать уровню технического мастерства игроков команд мастеров [1, 2].

Обучение техническим элементам в ДЮСШ начинается с первого года обучения в группах начальной подготовки с 6 лет, но все приемы изучаются отдельно [3]. Уже в возрасте 10-11 лет происходит отбор наиболее одаренных и перспективных спортсменов в учебно-тренировочные группы, что соответствует этапу предварительной базовой подготовки. Поэтому именно на этапе предварительной базовой подготовки большое внимание необходимо уделять технической подготовке, а именно обучению техническим приемам способом объединения сходных элементов в сочетания, которые чаще всего выполняются в соревновательной деятельности команд мастеров.

Совершенствованием технической подготовленности юных футболистов занимались многие ученые, такие как [4, 5, 6, 7, 8] и другие, но работ по совершенствованию процесса технической подготовки футболистов 10-11 лет на этапе предварительной базовой подготовки выявлено недостаточно, поэтому данная тема является актуальной.

Цель работы - разработать и экспериментально обосновать методику технической подготовки в годичном цикле на этапе предварительной базовой подготовки с учетом совершенствования последовательности технических приемов, а также их сочетаний при углубленном обучении футболистов 10-11 лет.

Объект исследования - техническая подготовка юных футболистов 10-11 лет в годичном цикле на этапе предварительной базовой подготовки.

Предмет исследования – средства и методы технической подготовки футболистов на этапе предварительной базовой подготовки.

Методы и организация исследования: в данной работе использовались следующие методы исследования: анализ и обобщение литературных источников; социологический опрос, педагогическое наблюдение (оценка эффективности соревновательной деятельности футболистов путем анализа статистических протоколов игр); педагогическое тестирование; исследование психофизиологических показателей, антропометрия; педагогический эксперимент, методы математической статистики.

Исследования проводились в течение 2008-2012 гг. В анкетировании приняло участие 23 тренера по футболу спортивных клубов и ДЮСШ №2 г. Днепропетровска, в возрасте от 22 до 65 лет со средним стажем работы 16 лет. При определении эффективности технико-тактических действий во время соревновательной деятельности объектом исследования были игроки команды, которая принимала участие в чемпионате Украины по футболу «Днепр-U-19» и команды юношей «ДЮСШ №2» г. Днепропетровска.

Исследования проводились во время чемпионата Украины по футболу. В констатирующем эксперименте принимало участие три группы юных футболистов 10-11 лет (всего 60 человек). Исследования проводились на базе ДЮСШ, СДЮШОР и общеобразовательной средней школы №73 г. Днепропетровска с детьми 10-11 лет. В основном эксперименте принимало участие 44 футболиста экспериментальной (22 спортсмена) и контрольной (22 спортсмена) групп. Эксперимент длился 1 год с сентября 2010 года по август 2011 год. По окончании эксперимента дети двух групп были подвергнуты повторному тестированию. В эксперименте контрольная группа работала согласно программе ДЮСШ для группы начальной подготовки пятого года обучения, а экспериментальная - по разработанной нами методике.

Результаты исследования и их обсуждение. Результаты эффективности всех технико-тактических действий выполненных во время соревновательной деятельности в течение десяти сыгранных матчей в чемпионате Украины свидетельствуют, что общий процент брака у футболистов команды «Днепр- U-19» составляет 23,5%, а у команды 15-16 лет - 37,6%, что является достаточно высоким показателем брака для команд такого возраста и уровня квалификации.

Нами было выявлено, что зачастую ошибки происходили во время выполнения таких сочетаний технических приемов, как: ведение мяча - передача, ведение мяча - обводка - удар, ведение - остановка мяча, передача-остановка мяча - передача, передача - удар ногой, игра головой - удары головой, отбор мяча - передача, обманные движения (финты) - удар ногой, обманные движения

(финты) - передача, вбрасывания мяча из-за боковой линии. Большинство ошибок происходило именно в момент перехода от одного технического приема к другому.

Результаты тестирования уровня технической подготовленности юных футболистов 10-11 лет до эксперимента свидетельствуют о том, что показатели технической подготовленности соответствовали уровню «ниже нормы» по программе ДЮСШ по всем тестам. Кроме того, обнаружено, что содержание каждого теста раскрывало степень владения одним техническим элементом, а не сочетанием нескольких элементов, которые чаще всего выполняются слитно во время игры, кроме теста «Комплекс с мячом».

Анализ доступных нам программ свидетельствует о том, что существуют различия в последовательности технических приемов и их сочетаний при обучении технике владения мячом в футболе (таблица).

**Сравнение последовательности технических приемов
при обучении футболистов 10-11 лет**

(для экспериментальной группы)	(для контрольной группы) Программа ДЮСШ (2003 г.) [3]
Ведение мяча - передача	Удары по мячу ногой
Ведение мяча – обводка - удар	Удары по мячу головой
Передача – прием - передача	Остановка мяча
Удары ногой	Ведение мяча
Игра головой – удары головой	Обманные движения (финты)
Отбор мяча-ведение	Отбор мяча
Ведение-обманные движения (финты)	Вбрасывание мяча из-за боковой линии
Остановка мяча-удар	
Вбрасывание мяча из-за боковой линии	

В организации технической подготовки в учебно-тренировочном процессе футболистов на этапе предварительной базовой подготовки необходимо предусматривать тот факт, что данный процесс невозможно запланировать согласно существующей программы ДЮСШ. Учет особенностей организации тренировочного процесса и требований к технической подготовленности юных футболистов позволяет тренеру делать акцент на техническую подготовку (и в меньшей степени на физическую и тактическую) для более быстрого овладения техническими навыками, что дает возможность участвовать в соревнованиях уже в начале второго года обучения.

Предложенная нами методика реализовывалась на основе дидактических и специфических принципов (часть которых предусматривается программой ДЮСШ): научности, систематичности, последовательности, сознательного отношения к занятиям, активности, самостоятельности, наглядности, доступности, индивидуализации; разнообразия и новизны, направленности на достижение высоких результатов, соотношение норм времени в различных занятиях общего времени режима дня юного спортсмена, постепенного роста нагрузок в течение года, единства общей и специальной подготовки, оптимизации соотношения тренировочных средств в течение года.

Основными подходами в предложенной технической подготовке были:

- перераспределение соотношения часов и содержания в каждом месяце годового цикла, с сохранением количества часов на год;
- разработанная нами последовательность предлагает обучение приёмам не только отдельно, но и с объединением нескольких приёмов, которые слитно выполняются во время игры, что дает возможность быстрее и лучше овладеть ими. Ещё мы учитывали технический брак во взаимосвязи, то есть, например: после плохой передачи следует плохой приём мяча, после плохого приёма следует плохое ведение, обводка или удар, почти все технические элементы во время игры выполняются слитно и большинство ошибок возникает именно в момент перехода от одного действия к другому;
- инновационные подходы к планированию и использования физических упражнений, применяемых в технической подготовке юных футболистов (разработка тренировочных блоков).

Особенностью методики была разработка тренировочных блоков по технической подготовке с использованием: а) тренировочных блоков на освоение юными футболистами техники сочетания приемов; б) тренировочных блоков на развитие психомоторных качеств (оперативной памяти;

Последовательность технических приёмов при обучении технике владения мячом юных футболистов в программах ДЮСШ, СДЮШОР и СОЦ разных изданий и стран.

Таблица 1

Последовательность обучения технике									
Источник и год издания программы	Программа ДЮСШ СССР 1987	Программа ДЮСШ 2003	Программа СОШ 2003	Программа ДЮСШ Киев 2003	Российские программы 2007	Российские программы 2003	Зарубежные программы 1976	Зарубежные программы 2002	1973
Экспериментальная методика	Локшинов Н.М., Полишкин М.С., Воробьев Н.Е. 1987	Николаенко В.В., Лисенчук Г.О., Повишин Н.Ф., Бич Г.В., Орехов О.Б. 1995	Васьяков Ю., Пашков И., 2003	Программу подготовили члены научно-методического совета ФФУ	Кузнецов А., 2007	Андреев С., 2003	Германия Гриндлер, Цальке Х., Хеммо Х. 1976.	Франция Честно Жан Люк, Доре Жерар, 2002	Вентерия Янош Палфай, 1973
Ведение мяча - передача	Удары по мячу ногой	Удары по мячу ногой	Удары по мячу ногой	Ведение мяча разными частями стопы	Остановка мяча и перевод мяча	Удары по мячу ногой	Удары по мячу ногой	Ведение мяча	Удары по мячу ногой
Ведение мяча – обводка - удар	Удары по мячу головой	Удары по мячу головой	Удары по мячу головой	Удары и остановки мяча разными частями стопы	Удары (ногой, головой)	Удары по мячу головой	Прием (остановка) мяча	Ведение мяча - передача	Остановка мяча
Передача – прием - передача	Остановки мяча	Остановка мяча	Остановка мяча	Удары головой	Финты	Остановка мяча	Удары по мячу головой	Ведение мяча – обводка	Ведение мяча
Удары ногой	Ведение мяча	Ведение мяча	Ведение мяча	Финты	Отбор мяча	Ведение мяча	Ведение мяча	Ведение мяча - удар	Обманные движения (финты)
Игра головой – удары головой	Обманные движения (финты)	Обманные движения (финты)	Отвлекающие действия (финты)	Жонглирование		Обманные движения (финты)	Обманные движения (финты)	Передача – прием - передача	Отбор мяча
Отбор мяча - ведение	Отбор мяча	Отбор мяча	Отбор мяча	Вбрасывание мяча из-за боковой линии		Отбор мяча	Отбор мяча	Обводка – защита мяча	Удары по мячу головой
Ведение-обманные движения (финты)	Вбрасывание мяча из-за боковой линии	Вбрасывание мяча из-за боковой линии	Вбрасывание мяча из-за боковой линии	Вратарь: ловля мяча		Вбрасывание мяча из-за боковой линии	Вбрасывание мяча из-за боковой линии	Обводка – выведение соперника из равновесия	Техника игры вратаря
Остановка мяча-удар	Техника игры вратаря	Техника игры вратаря	Жонглирование мячом	Отбивание кулаком			Техника игры вратаря	Удар	Вбрасывание мяча из-за боковой линии
Вбрасывание мяча из-за боковой линии			Техника игры вратаря	Введение мяча в игру руками и ногой				Игра головой	
								Остановка мяча	

моторной реакции, реакции на движущийся объект и т.п.); в) подвижных игр на закрепление овладения техническими приемами и их сочетаниями; г) подвижных игр на сопряженное закрепление технических приемов и развитие специальных физических качеств.

Выводы. В условиях педагогического эксперимента выявлено, что в экспериментальной группе уровень техники игры по тестам программы ДЮСШ достоверно выше, чем в контрольной, о чем свидетельствует расчетное t -Стьюдента ($t=5,810-11,222$), что свидетельствует об эффективности использования тренировочных блоков по технической подготовке. Кроме того, улучшился не только количественный показатель при выполнении тестов, а и их качественное исполнение (особенно в тестах «комплекс с мячом» и «обводка стоек на время», которые больше проявляют умение сочетать технические приемы). Результаты исследования в контрольной и экспериментальной группах (при $P<0,05-0,001$) свидетельствуют о статистически значимых различиях между показателями технической подготовленности.

Установлено, что существует статистическая взаимосвязь между результатами технической подготовленности и специальными физическими качествами на слабом ($r=0,32-0,48$ при $P<0,05$), среднем ($r = 0,50 - 0,69$ при $P <0,01$) и сильном уровне ($r=0,070-0,86$ при $P<0,01$).

Таким образом, полученные результаты свидетельствуют об эффективности разработанной методики для юных футболистов, поскольку эффективность дальнейшей игровой деятельности футболистов зависит от уровня их технической подготовленности и способности к слитному выполнению технических приемов.

Литература:

- 1 Золотарев А.П. Структура и содержание многолетней подготовки спортивного резерва в футболе: автореф. дис. д-ра пед. наук : 13.00.04 . Краснодар, 1997. – 44 с.
- 2 Sneyers Jozef. Soccer training an announce programme. Munich. 2002. – 126 p.
- 3 Овраменко В.Г., Бабарико О.Є. Футбол. Навчальна робоча для ДЮСШ та СДЮСШОР. Киев.: 2003. - 103 с.
- 4 Бойченко С. Взаимосвязь ловкости с техническим мастерством футболистов // Теория и методика физического воспитания и спорта. Киев: 2005. - № 2. - С. 3-5.
- 5 Голомазов С., Чирва Б. Причины технического брака // Методические разработки для слушателей ВШТ. – Вып.7. – М.: РГАФК, 1998. – 51 с.
- 6 Дулібський А. В. Техніко-тактична підготовка юних футболістів // Науково-методичний (технічний) комітет Федерації футболу України. - Київ.- 2001. – С. 61-65.
- 7 Костюкевич В.М. Теоретичні та методичні основи моделювання тренувального процесу спортсменів ігрових видів спорту. Автореф. дис... докт.наук з ФВіС: спец. 24.00.01 «Олімпійський та професійний спорт». – Київ - 2012. – 41 с.
- 8 Максименко И. Контроль физической и технической подготовленности футболистов в спортивных секциях школ и ДЮСШ // Спортивный вiсник Приднiпров'я. – Днiпропетровськ.: 2004. - № 7. – С. 17-20.